Guide de traitement

Conseils simples pour gérer efficacement votre traitement du syndrome d'apnées obstructives du sommeil



ETUDES CLINIQUES DISPONIBLES SUR SIMPLE DEMANDE

Guide de traitement du SAOS : gérez votre traitement avec efficacité

1 On a diagnostiqué chez vous un SAOS

Vous avez un sommeil agité. Vous ronflez peut-être bruyamment, ou bien vous manquez d'air ou vous vous étouffez pendant la nuit.



Etudes cliniques disponibles sur simple demande

2 Qu'est-ce que le syndrome d'apnées obstructives du sommeil ?

Si vous êtes atteint de SAOS (Syndrome d'Apnées Obstructives du Sommeil), votre sommeil est caractérisé par des pauses respiratoires répétées dues à l'obstruction des voies aériennes supérieures.

L'obstruction des voies aériennes supérieures peut être provoquée par une tonicité musculaire réduite, un excédent de tissus entourant les voies respiratoires, ou des malformations structurelles occasionnant un rétrécissement des voies respiratoires. L'obstruction empêche l'air d'atteindre les poumons, ce qui provoque une augmentation du taux de dioxyde de carbone dans le sang, responsable de troubles du sommeil.

Voies aériennes supérieures ouvertes



Des voies respiratoires supérieures ouvertes permettent à l'air de circuler librement vers et depuis les poumons.

Voies aériennes supérieures fermées



Les ronflements et les apnées (pauses respiratoires) sont observés quand les voies aériennes s'obstruent.

Quelques mesures simples permettent de réduire les symptômes de SAOS, telles que :

- **Perdre du poids**
- **Éviter l'alcool le soir**
- **Dormir sur le côté**

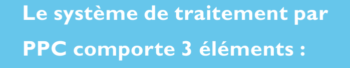
Toutefois, ces mesures ne permettent pas toujours d'éliminer le SAOS.

Etudes cliniques disponibles sur simple demande

③ Le traitement et les avantages d'une utilisation régulière

La PPC (Pression Positive Continue) est un traitement efficace du syndrome d'apnées obstructives du sommeil.

Le traitement par PPC est un traitement non invasif qui empêche l'obstruction des voies aériennes supérieures pendant le sommeil en assurant un débit d'air continu à un certain niveau de pression, vous permettant de respirer normalement.



Le système de traitement par PPC comporte 3 éléments :

L'appareil

Suffisamment petit pour tenir sur votre table de nuit.

Le masque

Un masque nasal se place simplement sur le nez et un masque naso-buccal sur le nez et la bouche.

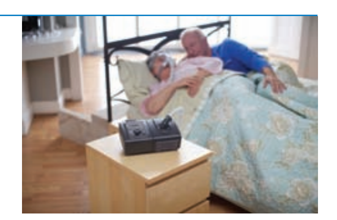
Le circuit

Relie l'appareil et le masque.

Il est important d'utiliser votre appareil de PPC comme votre spécialiste du sommeil vous l'a prescrit lorsque vous dormez. En cas d'utilisation irrégulière, les symptômes peuvent réapparaître.

Il a été démontré qu'un SAOS non traité peut être associé à un certain nombre d'autres pathologies, notamment :

- Hypertension artérielle
- Diabète de type 2
- Maladies cardiovasculaires
- Rythme cardiaque irrégulier
- Accidents vasculaires cérébraux (AVC)



Une utilisation régulière de votre appareil de PPC conformément à la prescription de votre spécialiste du sommeil peut réduire l'impact du SAOS sur votre vie. Ainsi, vous pourrez ressentir les effets bénéfiques du traitement, à savoir :

- Diminution de la tension artérielle
- Diminution de l'irritabilité
- Diminution de la somnolence pendant la journée
- Amélioration de la mémoire, de l'attention et de la concentration
- Réduction du nombre de levers la nuit pour aller aux toilettes
- Amélioration de la qualité de vie
- Diminution des risques d'accidents de la route dus à la somnolence
- Réduction des risques de maladies cardiovasculaires

ETUDES CLINIQUES DISPONIBLES SUR SIMPLE DEMANDE

4 Se familiariser avec l'appareil de traitement

Avant de commencer le traitement, il est conseillé de vous familiariser avec votre appareil de traitement par PPC et votre masque.

Un mode d'emploi accompagne votre équipement. Il est très important que vous preniez suffisamment de temps pour lire les informations fournies.

Appareils de traitement par PPC

L'utilisation d'un appareil de pression positive continue (PPC) est le traitement le plus fréquemment utilisé pour le SAOS. La PPC assure un débit d'air continu afin de garder vos voies aériennes supérieures ouvertes. Les appareils PR1 de Philips Respironics présentent des caractéristiques uniques pour votre confort qui vous permettent de suivre votre traitement avec succès.

C-Flex : Une technologie qui contribue à diminuer la pression lors de l'expiration. Vous expirez alors plus facilement qu'avec un appareil de PPC standard.

A-Flex : Une technologie unique disponible sur certains appareils de PPC pour améliorer le confort du patient en adoucissant la transition entre pression d'inspiration et d'expiration. La technologie A-Flex permet une respiration plus naturelle qu'avec les appareils standard de traitement par pression positive continue.

Les appareils PR1 figurent parmi les systèmes de traitement des troubles du sommeil les plus silencieux qui soient, en particulier au moment le plus important : lorsque vous vous en servez.



Etudes cliniques disponibles sur simple demande

Humidificateur



L'humidificateur est conçu pour ajouter de l'humidité et de la chaleur à l'air qui vous est délivré par l'appareil respiratoire. Il contribue ainsi à la réduction de certains effets secondaires du traitement, tels que l'irritation du nez ou la sécheresse des voies aériennes supérieures, tout en améliorant votre confort. La fonction de contrôle de l'humidité des appareils PR1 permet en outre d'éviter la formation de gouttelettes d'eau (condensation) dans votre circuit et votre masque. Pour les personnes qui dorment dans un milieu particulièrement froid, le nouveau circuit chauffant en option permet d'atteindre des niveaux plus élevés d'humidité absolue et de température. Les appareils PR1 sont fournis avec un humidificateur exclusif qui empêche l'eau de pénétrer dans le système et de causer des dégâts.

Circuits

Le circuit sert à acheminer l'air entre l'appareil de traitement et le masque. Le circuit standard généralement utilisé est de 22mm. Les appareils PR1 offrent en option un circuit de 15 mm, plus confortable car plus souple, plus léger, plus facile à ranger et plus silencieux à l'usage.



Se familiariser avec l'appareil de traitement (suite)

Masques

Un masque confortable et bien ajusté est un élément clé pour le succès de votre traitement nuit après nuit. Echangez avec votre spécialiste du sommeil sur les différents types de masques disponibles. Lorsque vous avez trouvé le masque qui vous convient, il est important de l'entretenir convenablement. Recherchez régulièrement les signes d'usure ou de déchirure et lorsque vous pensez qu'il est temps de remplacer votre masque, prenez contact avec votre spécialiste du sommeil.

Masques narinaires :



Masques nasaux :



Mini masques nasaux :



Masques naso-buccaux :



Masques faciaux :



Comment choisir le masque qui vous convient :

Ⓐ Votre capacité ou non à respirer par le nez détermine le choix du masque approprié. Un masque facial est nécessaire si vous respirez habituellement par la bouche.

Ⓑ Prenez le temps de choisir la bonne taille en vous aidant d'un gabarit de tailles adapté.

Ⓒ Lorsque vous avez trouvé votre masque, veillez à ne pas trop serrer le harnais.

Ⓓ Important : familiarisez-vous avec tous les réglages du masque pour vous assurer un confort optimal.

Conseils pour une meilleure étanchéité

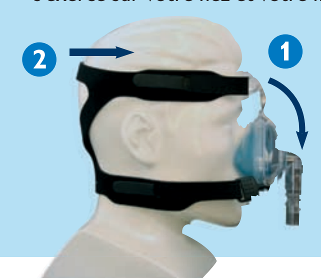
De l'air s'échappe du côté de vos yeux et une pression s'exerce sur vos lèvres.



Réglage du masque

1. Pressez et glissez le réglage d'ajustement vers le haut
2. Desserez la sangle inférieure du harnais

De l'air s'échappe par le bas du masque et une pression excessive s'exerce sur votre nez et votre front.



Réglage du masque

1. Pressez et glissez le réglage d'ajustement vers le bas
2. Desserez la sangle supérieure du harnais

ETUDES CLINIQUES DISPONIBLES SUR SIMPLE DEMANDE

5 Comment utiliser et entretenir votre appareil

Conseils pour la mise en service de votre appareil

A Placez l'appareil sur une surface plane et dure proche de l'endroit où vous dormez.

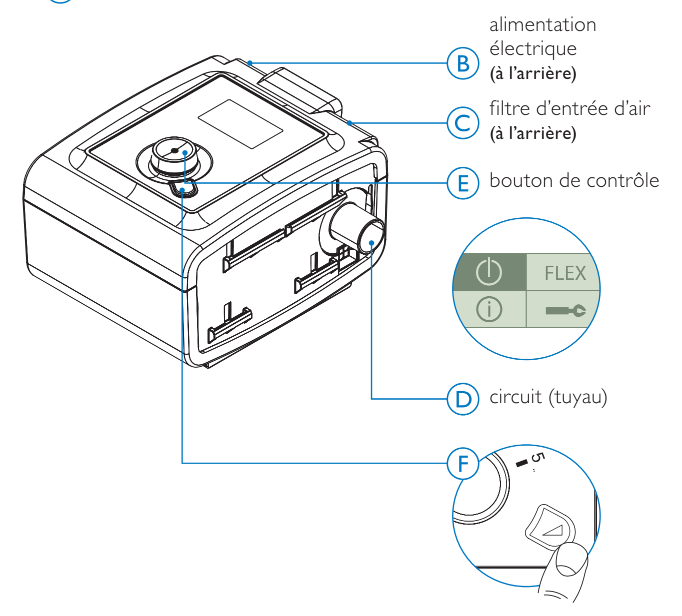
B Connectez le bloc d'alimentation à la prise située à l'arrière de l'appareil. Branchez le cordon d'alimentation au bloc d'alimentation et à la prise murale.

C Vérifiez que le filtre d'entrée d'air soit bien en place et exempt de poussière.

D Fixez un côté du circuit (tuyau) à la sortie d'air de l'appareil et l'autre côté au masque (ou à la valve).

E Mettez votre masque. Tournez le bouton de contrôle jusqu'à ce que l'écran indique "Thérapie". A ce moment, appuyez pour démarrer la turbine. L'écran va automatiquement afficher le réglage de la pression.

F Activez la rampe si nécessaire.



Comment utiliser et entretenir votre humidificateur :

- Videz chaque matin votre humidificateur et laissez-le sécher à l'air libre.
- Remplissez chaque soir votre humidificateur d'eau distillée fraîche.
- Utilisez toujours de l'eau distillée pour éviter des dépôts minéraux.
- Nettoyez régulièrement la chambre de l'humidificateur pour éviter l'apparition de moisissures. Du vinaigre blanc non dilué peut être utilisé pour enlever les dépôts. Dans ce cas, rincez abondamment avec de l'eau distillée ou stérilisée avant de réutiliser l'appareil.

Suivez ces quelques consignes simples pour déplacer ou transporter votre appareil.

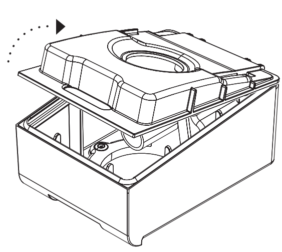
Avertissement

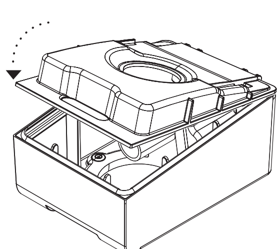
- Pour éviter tout risque d'électrocution, débranchez toujours le cordon secteur de la prise murale ou de la batterie avant de nettoyer ou de transporter l'humidificateur.

Attention

- Avant de déplacer ou de transporter votre appareil alors qu'il est connecté à l'humidificateur, enlevez et videz la chambre d'humidification.

1. Coupez l'alimentation électrique.
2. Enlevez la chambre de l'humidificateur. Videz la chambre. Vérifiez que toute l'eau soit partie.
3. Replacez la chambre d'humidification vide dans l'humidificateur. L'appareil est prêt à être déplacé ou transporté.





Philips Healthcare fait partie de Royal Philips

Comment nous contacter
www.philips.com/healthcare
healthcare@philips.com

Asie
+49 7031 463 2254

Europe, Moyen-Orient, Afrique
+49 7031 463 2254

Amérique latine
+55 11 2125 0744

Amérique du Nord
+1 425 487 7000
800 285 5585 (toll free, US only)

Philips Respironics
1010 Murry Ridge Lane
Murrysville, PA 15668 États-Unis

Service Clients
+1 724 387 4000

Philips Respironics Benelux
+33 1 47 28 30 83

EC REP
Philips Home Healthcare Solutions Deutschland
Gewerbestrasse 17 – 82211
Herrsching Germany
+49 8152 93 06 0

Philips Respironics France
+33 2 51 89 36 00

Philips Respironics Suisse
+41 6 27 45 17 50

www.apneesommeil.respironics.fr

PR1 REMstar Pro C-Flex / Auto A-Flex / Auto P-Flex assurent une thérapie par pression positive continue pour le syndrome d'apnée obstructive du sommeil chez les patients de plus de 30 kg. L'appareil est conçu pour être utilisé à domicile ou en milieu hospitalier/institution. Ce dispositif doit être utilisé uniquement sur prescription médicale et fait l'objet d'un remboursement par les organismes d'assurance maladie texte surligné en jaune a remplacer par : dans certaines conditions, consulter la LPPR. Nuance, Wisp, ComfortGel Blue, Amara et FitLife sont destinés à servir d'interface patient dans l'application d'une thérapie par PPC et/ou à deux niveaux de pression. Ces dispositifs font l'objet d'un remboursement par les organismes d'assurance maladie texte surligné en jaune a remplacer par : dans certaines conditions, consulter la LPPR. Ces dispositifs médicaux, de classe IIa, sont des produits de santé réglementés qui portent, au titre de cette réglementation, le marquage CE, dont l'évaluation de conformité a été réalisée par TÜV. Veuillez lire attentivement le manuel d'utilisation accompagnant chaque dispositif, pour toute information relative à son usage préconisé et à son utilisation.

Pour en savoir plus, consultez www.apneesommeil.respironics.fr



Broudy MLJ 3/18/14 MCI 4106103 PN 1103017

Etudes cliniques disponibles sur simple demande